



VARIABILIDADE CARDÍACA E O INTERVALO RR DURANTE A PRIVAÇÃO DO SONO

Lilavati Manto Medrado de Meneses¹; Dra. Luciana A. Campos ²; Amanda Cardoso Moreira³

¹Anhembi Morumbi. (lilavatimanto@gmail.com).

²Anhembi Morumbi. (luciana.baltatu@animaeducacao.com.br).

³Anhembi Morumbi. (amanda_cardoso07@outlook.com).

Resumo: As sociedades desenvolvidas possuem indivíduos com rotinas cada vez mais diversificadas afetando diretamente a qualidade do sono em cerca de 12% a 25% desta população, 35% desses casos estão ligados a perturbações psiquiátricas predominando os quadros de ansiedade e depressão. Os quadros de ansiedade e depressão estão afetando diretamente a população causando alterações na qualidade de vida que consequentemente afeta a funcionalidade e a rotina dos indivíduos. Neste estudo serão analisadas e comparadas as características gráficas da variabilidade cardíaca e intervalo RR durante a privação do sono sendo correlacionados com a ansiedade e suas variáveis clínicas, se aprofundando na relação entre a diversificação das rotinas nas sociedades desenvolvidas e a qualidade do sono, com um enfoque específico na análise da variabilidade cardíaca e do intervalo RR durante a privação do sono, e sua conexão com a ansiedade, fatores que têm impacto significativo na qualidade de vida e na funcionalidade dos indivíduos, podendo assim compreender melhor essas interações, espera-se obter insights valiosos sobre como os padrões de sono e os níveis de ansiedade impactam a saúde cardiovascular e a qualidade de vida em geral. Os dados foram coletados em colaboração com a Universidade de Pisa, contendo informações de 22 homens adultos, jovens e saudáveis, com uma faixa etária próxima. É fundamental destacar que todos os participantes deram consentimento para participar do estudo e que está em total conformidade com os padrões éticos e regulamentos de proteção de dados. Os dados abrangem características antropomórficas, detalhes sobre os padrões de sono, registros do intervalo RR, formulários dos indicadores de estressores e momentos de ansiedade, vividos pelos participantes ao longo do dia. A análise dos resultados, incluindo a variabilidade cardíaca, está em andamento, utilizando o software Kubios, este software é capaz de calcular e analisar os intervalos de tempo entre os complexos R em séries temporais de batimentos cardíacos. Por meio do Kubios, os pesquisadores e profissionais de saúde podem realizar uma análise abrangente da variabilidade cardíaca e do intervalo RR, o que é essencial para investigar a relação entre o sistema nervoso autônomo, o ritmo cardíaco e diversos fatores fisiológicos e psicológicos. Essa análise detalhada pode fornecer insights importantes sobre a saúde cardiovascular e o funcionamento do organismo, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias de diagnóstico, monitoramento e intervenção em uma variedade de contextos clínicos e de pesquisa. Ainda em andamento, a análise do intervalo R.R através do software Kubios®, emitindo gráficos para análise de dados e comparações com os demais dados selecionados na pesquisa é possível concluir que apenas com os dados coletados até o momento não são factíveis concluir que ocorre alguma alteração no intervalo RR através da privação do sono e se está relacionado com os distúrbios de ansiedade pois será necessário a coleta



de mais dados e maior tempo de análise, porém já é possível dizer que os métodos utilizados e o banco de dados, são ferramentas que proporcionam uma análise completa.

Palavras-chave: Ansiedade; Psicologia; Sono; Inovação; Tecnologia.